

## **Docteur Lydia(Lily) Ehrenfried : Eléments de Biographie (1896 - 1994)**

On doit à Lily Ehrenfried, d'origine allemande, d'avoir introduit en France dans les années 30 le travail d'Elsa Gindler (Berlin) : un travail corporel prenant en compte la psyché humaine.

Lilli(Lydia) Ehrenfried, d'origine juive est née le 20.08.1896 à Breslau en Allemagne des Leo Ehrenfried et Anna Ehrenfried. Son père était médecin ophtalmologiste. Jusqu'en 1913 elle suit les cours privés à Berlin. A partir de Pâques 1913, elle fréquente des cours à l'école publique Augusta-Schule à Berlin et obtient le baccalauréat à Pâques 1917. Jusqu'à l'automne 1917 elle prodigua des soins de santé en tant qu'infirmière bénévole à la Croix Rouge.

Son père trouve qu'elle se tient mal et lui fait faire de la gymnastique. Elle essaya plusieurs méthodes. Elle suit les cours d'Elsa Gindler chez Hedwig Kallmeyer.

Elle encourage Elsa Gindler à ouvrir son propre cours de formation. C'est chez elle qu'elle se formera en qualité de professeur de gymnastique (elle fera partie de la première formation de Gindler, Gindler ouvra ses premiers cours sur l'insistance de Lily Ehrenfried)

*« Les cours de groupes d'Elsa Gindler m'intéressèrent tellement que je (Lily Ehrenfried) lui demandai un jour si elle ne voulait pas ouvrir elle-même sa propre école pour enseigner ce qu'elle avait découvert ? Elle me répondit « Je suis une élève de Madame Kallmeyer et je n'ai pas le droit d'ouvrir ma propre école » « Mais vous en savez plus que Kallmeyer » lui répondis-je « et j'ai confiance en vous ». Elle devint pensive. « Bon », dit-elle « attendez jusqu'à l'automne, si je peux trouver d'autres jeunes femmes intéressées à ce projet, je le ferai ». Après les vacances d'été, elle m'informa qu'elle avait trouvé d'autres personnes intéressées, et elle commença l'enseignement.*

*Nous travaillions avec elle cinq fois par semaine pendant une heure et demi, et parallèlement nous avions des cours de dessin, où nous servions tour à tour de modèle les unes pour les autres, des cours d'exercices respiratoires et des leçons de chant avec Clara Schlaffhorst et Hedwig Andersen. Durant cette année elle disait souvent « J'apprends avec vous ». Elle ne « montrait » pas – elle proposait une tâche à accomplir et nous laissait trouver la manière d'y parvenir. Lorsque l'année fût terminée, nous lui demandâmes de continuer son enseignement. Elle accepta, tout en démarrant un deuxième groupe qui fût bien plus nombreux »<sup>1</sup>*

Ehrenfried obtint son diplôme de professeur de gymnastique en 1918. Elle exerça pendant neuf ans et demi jusqu'à l'obtention de sa thèse de médecine en 1927. En effet très intéressée par l'anatomie, elle commence, en 1921, des études de médecine d'abord à Fribourg. Puis elle poursuit ses études à Göttingen, Berlin et en même temps elle suivra des cours pendant trois semestres à la Faculté des Exercices Physiques à Berlin.

A partir de 1924 elle poursuit ses études à Fribourg, avec la fin des études de médecine à Fribourg en hiver 1924/1925.

Sa thèse de médecine soutenue à Fribourg en 1926 s'intitulait « Observation des effets des exercices physiques systématiques sur les enfants de bas âge ».

De 1926 à 1927 elle travailla à l'hôpital Moabit à Berlin, en médecine interne auprès le professeur Klemperer, puis auprès le professeur Finkelstein en pédiatrie à l'hôpital de l'Empereur et de l'Impératrice Friedrich. Elle continua sa formation médicale en orthopédie, médecine de sport et gymnastique médicale dans la clinique de Klapp.

Depuis 1926 elle donne en même temps des leçons de gymnastique orthopédique, gymnastique des nourrissons et gymnastique médicale pour des enfants handicapés.

---

<sup>1</sup> Extrait de la lettre de Lily Ehrenfried adressée à Sophie Ludwig citée dans « Elsa Gindler – von ihrem Leben und Wirken » p 32 . »Elsa Gindler – de sa vie et de son œuvre » Extrait traduit de l'allemand par moi-même.

*«Les quelques matinées libres je passai à la Clinique Universitaire pour Femmes, car dans le domaine de la petite gynécologie je ne connaissais pas grande chose et très vite dans ce domaine je me suis trouvée confrontée au problème du contrôle des naissances. »<sup>2</sup>*

Le chômage et la misère règne à Berlin, Lily Ehrenfried estime que la question de la régulation des naissances fait parti du travail du médecin.

En 1928 elle s'installe comme médecin généraliste dans la Motzstrasse à Berlin et cherche à parfaire ses connaissances dans le domaine gynécologique auprès d'un groupe de médecins libéraux. Très vite elle découvre que la question du problème de la régulation des naissances n'est pas abordée dans la vie politique du pays sauf par les sociaux-démocrates (socialistes), et les communistes qui vont même jusqu'à proposer des mesures concrètes.

Elle suggère à la circonscription du Prenzlauer Berg de créer une consultation portant sur la vie de couple et la sexualité. En 1929 elle devient directrice du premier centre du planning familial à Berlin, et le reste jusqu'en 1933. On y informe sur les moyens de contraception et l'on en distribue gratuitement. En même temps elle exerce comme médecin dans un dispensaire et assure la surveillance médicale des jardins d'enfants et des crèches.

La question de la régulation des naissances lui tenant très à cœur, elle s'engage politiquement en 1929 à côté du docteur Ernst Haase, élève de Klemperer, collègue rencontré à l'hôpital Moabit, sur la liste des médecins libéraux non-syndiqués et se présente à l'élection de la Chambre des Médecins en 1931. Elle participe avec Haase à la conférence internationale des médecins de Karlsbad et au Congrès de médecins socialistes à Leipzig le 1 mai 1931. Elle intervient publiquement à deux reprises pour faire part de son expérience au centre du planning familial du Prenzlauer Berg.

Son engagement pour aider les femmes à être maîtres de leurs destins dans ce quartier défavorisé de Berlin, l'expose à des attaques, provocations et calomnies de la part des militants de l'extrême-droite, qui l'accusent d'empêcher la naissance d'enfants allemands.

---

<sup>2</sup> Extrait de Lily Ehrenfried cité dans « Das Krankenhaus Moabit – nicht misshandeln (L'hôpital Moabit – ne pas maltraiter)» p 141 de Christian Pross ; Extrait traduit de l'allemand par moi-même.

Lily Ehrenfried est prévenue par une patiente qu'elle va être arrêtée. Elle prend conseil auprès d'un ami médecin, qui lui suggère de partir toute de suite. La nuit du 30 mars au 1 avril 1933, elle part pour Bâle.

Le 1 avril 1933 s'instaure le boycott des magasins juifs et l'interdiction pour les médecins et avocats juifs d'exercer entre en vigueur.

La suite elle la raconte elle-même en 1982 dans un interview donné à J.-C. Verdier et L.Charles dans le journal « Echos de la Gymnastique volontaire » n°24 ( avril 1982).

Dans cet interview elle raconte qu'elle est arrivée d'abord à Bâle, puis à Lucerne « *avec une recommandation d'une de mes clientes auprès d'un haut fonctionnaire suisse qui m'a procuré un visa français avec lequel j'ai pu joindre une tante, sœur de mon père qui habitait à Nice.....()*...*Un jour, une amie réfugiée d'Allemagne comme moi m'a suggéré d'aller à Paris en disant qu'avec ma gymnastique je pourrai certainement me débrouiller... »*

...elle s'achète un petit appartement rue Froidevaux, près de Montparnasse qu'elle quitte lors de l'occupation allemande pour retourner à Nice.

Elle est internée au Camp de Gurs entre le 25 mai et le 25 juin 1940. Ensuite elle rentre dans la clandestinité et reste cachée. On la retrouve avec des faux papiers établis au nom de « Poirault Antoinette » établis le 5 avril 1943 à Antibes.

Elle revient après la guerre à Paris «*Avec mon diplôme de médecine allemand, il m'était impossible d'exercer à Paris. Pour cela, il m'aurait fallu reprendre entièrement des études médicales en France. Je suis allée voir le docteur Dolto (Boris), j'ai obtenu un certificat<sup>3</sup> qui m'a permis d'exercer et il m'a envoyé des clients. »<sup>4</sup>*

Elle avait suivi une psychanalyse à Berlin : «*Oui, j'ai fait une analyse à Berlin. L'intérêt m'en est venu en travaillant avec des nourrissons et en observant les problèmes entre la mère et son enfant. Par la suite j'ai lu toute l'œuvre de Freud. J'ai été en analyse de 1928 à 1930, avec des rappels ultérieurs. Mon analyste était hongroise et avait elle-même été en analyse*

---

<sup>3</sup> Certificat de kinésithérapeute.

<sup>4</sup> Cahier n°1&2 de l'Association des Elèves du Dr.Ehrenfried et des Praticiens en Gymnastique Holistique .

*avec Freud. Mon analyste m'a dit que la gymnastique m'avait beaucoup aidée à cause de la détente qu'elle apporte... ».*<sup>5</sup>

A partir de mi-juillet 1947 elle travaille avec le CEMEA (Centres D'Entraînement aux Méthodes d'Education Active). Puis progressivement elle commence à former des kinésithérapeutes au travail qui lui avait été transmis par Gindler en précisant que la technique a beaucoup évolué. *«Oui, elle a beaucoup évolué parce que les Français sont plus souples (que les Allemands)».*<sup>6</sup>

Lily Ehrenfried a acquis *« la certitude qu'il ne faudrait jamais s'occuper du corps en négligeant le psychisme et vice-versa. Nous accédons ainsi de toute évidence à l'entité psychosomatique, mais il nous semble nécessaire de traiter simultanément Psyché et Soma, pour ne pas fractionner le tout humain »*<sup>7</sup>.

En 1956 Lily Ehrenfried publie en France son livre « De l'Education du corps à l'équilibre de l'esprit » chez Aubier. Simultanément son livre est édité en Allemagne.

Elle transmet son travail acquis avec Gindler à beaucoup de personnes, dont deux personnes Suze Lalou et Marie-Josèphe Guichard, qui formeront la branche française de cette gymnastique avec Alice Aginski (celle-ci donnait comme beaucoup d'autres des cours sans former des futurs professeurs.)

Ses élèves sont regroupés dans l'Association des Elèves du Dr.Ehrenfried et des praticiens en gymnastique holistique, association créée en 1986, avec Marie-Josèphe Guichard comme présidente fondatrice. C'est à cette époque que le nom « Gymnastique holistique – méthode du Dr.Ehrenfried® » a été déposé. C'est un travail qui va bien au-delà d'une simple gymnastique.

---

<sup>5</sup>Cahier n°1&2 de l'Association des Elèves du Dr.Ehrenfried et des Praticiens en Gymnastique Holistique.

<sup>6</sup> Cahier n°1&2 de l'Association des Elèves du Dr.Ehrenfried et des Praticiens en Gymnastique Holistique.

<sup>7</sup> «De l'éducation du corps à l'équilibre de l'esprit.»p18 de Lily Ehrenfried.

Gindler n'est pas connue en France, mais c'est elle qui a rayonné avec son travail à travers le monde, ses élèves fuyant le nazisme l'ont transmis dans différents pays. C'est donc un seul arbre généalogique qui a donné beaucoup de ramifications : en France ç'est le Dr.Ehrenfried qui a formé des praticiens qui à leur tour en ont formé d'autres. Aujourd'hui sont également concernés, le Brésil, le Canada, l'Espagne, la Suisse, la Grèce.

Madame Ehrenfried n'est jamais retournée en Allemagne. Ayant quitté l'Allemagne comme Alice Aginski, on peut considérer que le travail transmis reflète celui de Madame Gindler pratiqué jusqu'en 1933. On n'a pas de traces de contact après entre Gindler et Ehrenfried, contrairement à Alice Aginski.

Lily Ehrenfried décède le 1 janvier 1994. Elle est enterrée à St. Maur – des - Fossés.

Texte rédigé par Christiane Boutan-Laroze

### **Sources :**

**CAHIERS DE L'ASSOCIATION DES ELEVES DU DR .EHRENFRIED(AEDE) ET DES PRACTICIENS EN GYMNASTIQUE HOLISTIQUE n°1 à n° 15 (1986 à 2009)**  
St.Maur. ISSN 0987-9617

Cahier n° 1+2-1987 «**Les Racines de la Méthode**». Interviews de Lily Ehrenfried et Carola Speads ; articles de Lily Ehrenfried et Alice Aginski, 1<sup>ère</sup> traduction en français de « La gymnastique de l'homme qui travaille » de Elsa Gindler.

Témoignages sur Lily Ehrenfried par Christian Pross, interview de Clara Fenichel, Entretien avec Alice Aginski, Lettre d' Hanna Salomon, Arbre généalogique

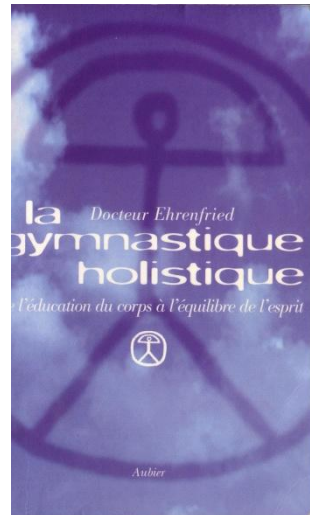
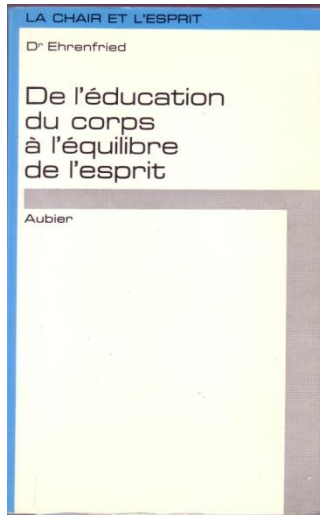
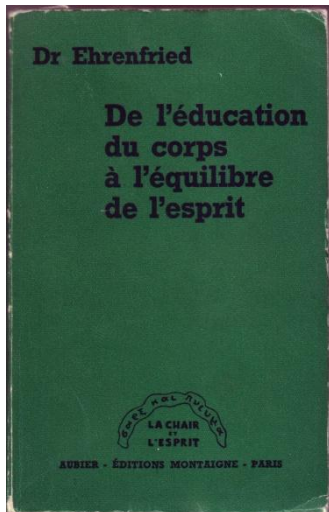
**EHRENFRIED, Lilli . (Dr.) 1956** (1er éd.) « *De l'éducation du corps à l'équilibre de l'esprit* » Paris : Aubier Montaigne, collection « La chair et l'esprit » 148 p. ISBN 2-7007-0196-8

**HEINRICH-JACOBY / ELSA-GINDLER STIFTUNG** , 2002 .«*Elsa Gindler-von ihrem Leben und Wirken*». Hamburg.Hans Christians Verlag 200p. ISBN 3-7672-1398-2

**CHRISTIAN PROSS UND ROLF WINAU** ,1984, «*Nicht misshandeln – das Krankenhaus Moabit*» Berlin. Edition Hentrich, Frölich, Kaufmann.p263. ISBN3-88725-109-1

web.fu-berlin.de :

Université libre de Berlin : Institut für Geschichte der Medizin « Ärztinnen im Kaiserreich »



Les différentes éditions du livre en français du Dr. Lily Ehrenfried .

